



ARANCIA ROSARIA

L'ARANCIA ROSSA
CON IL NOME SUL BOLLINO

WWW.ARANCIAROSARIA.EU

Rosaria è povera di grassi e calorie, ricca di sali minerali e di vitamine, raccomandata per un'alimentazione sana e naturale.

Rosaria è unica e preziosa

perché ogni prodotto naturale è il risultato del territorio in cui nasce...

...Rosaria è prodotta nella piana di Catania, una pianura collocata tra i 200 e i 300 metri di altitudine, densa di storia e di tradizione con una grande vocazione per la coltura delle Arance rosse.

Un territorio unico al mondo, con caratteristiche climatiche esclusive, caldo e soleggiato di giorno, freddo e secco di notte.

perché è frutto di una terra che non ha paragoni...

...che le conferisce l'esclusivo colore rosso brillante della polpa e del succo, specchio del vigore e della vitalità dell'Etna.

perché è un vero e proprio regalo della Natura...

...unica per il gusto, innanzitutto, ma anche per l'energia e la salute che sono racchiuse all'interno dei frutti.

Povera di grassi e calorie, ricca di sali

L'ARANCIA SICILIANA È UNICA

Rosaria è un'arancia unica in quanto cresce in un territorio unico ed irripetibile in tutta Europa, ricco di miti e leggende che nel corso dei secoli hanno influenzato la cultura e le tradizioni: nella piana di Catania, alle falde dell'Etna dove, per via della forte escursione termica determinata anche dalla presenza del vulcano, si accumulano nei frutti gli antociani, pigmenti naturali, che conferiscono alla polpa e, talvolta anche alla buccia, la caratteristica colorazione rossa.



L'arancia di Sicilia è riconosciuta dalla Comunità Economica europea prodotto IGP (indicazione Geografica Protetta) infatti le particolari condizioni pedoclimatiche della

zona, caratterizzate da escursioni termiche particolarmente accentuate, accoppiate ad un'attenta selezione varietale ed alla razionalità ed accuratezza delle tecniche di coltivazione consentono di ottenere delle produzioni di assoluto pregio che si distinguono per caratteristiche qualitative dalla massa delle produzioni agrumicole presenti tradizionalmente sui mercati.



Arance rosse siciliane: proprietà terapeutiche e salute

Tutti sanno che le arance e, in particolare, le **arance rosse** contengono un'elevata concentrazione di vitamina C che protegge il cuore ed il sistema cardiovascolare.

Pochi, invece sanno, che solo il Tarocco rosso contiene, rispetto agli altri agrumi, circa il 40% in più di vitamina C.



Questa caratteristica è dovuta al fatto che all'interno della sua polpa e del suo succo vivono dei pigmenti naturali, detti antociani, che non solo le conferiscono il colore rosso ed un sapore unico, ma soprattutto combattono i radicali liberi, responsabili dell'invecchiamento.

Infatti, sono numerose le azioni salutari che Rosaria svolge a favore del corpo umano: contiene circa l'87% d'acqua, pochi grassi e proteine, molti minerali come calcio, fosforo, potassio, ferro selenio e soprattutto diverse vitamine fra cui



La raccolta delle arance rosse viene effettuata a mano per mantenere intatte tutte le caratteristiche del frutto

oltre alla vitamina C, la A, B1, e la B2, da non sottovalutare inoltre che l'arancia è un frutto ipocalorico contiene circa 34 calorie per 100 grammi di succo.

L'acido citrico assolve una funzione importante nel corpo umano, quel-

la di abbassare l'acidità, cioè il ph, che, oltre a diminuire l'acidità delle urine previene la formazione di calcoli renali.



L'arancia rossa fa bene alla salute

-  Ostacola forme degenerative tumorali , grazie alla forte azione antiossidante esercitata nei confronti dei radicali liberi.
-  Assicura un controllo attivo contro i radicali liberi , che non sono altro che sostanze chimiche tossiche prodotte da un'errata alimentazione.
-  Favorisce la resistenza del corpo umano verso affezioni di varia natura come angina, bronchite, malattie cardiovascolari, ipertensione, diabete, gengivite, obesità, emicrania, cefalea reumatico.
-  Favorisce la deposizione di calcio e fosforo nelle ossa e nei denti, proprio per questo è molto importante nella dieta delle donne in gravidanza ed in menopausa, in quest'ultima previene l'osteoporosi.
-  Presenta proprietà antianemiche perchè favorisce l' assorbimento del ferro , utile per la formazione dei globuli rossi ed inoltre per chi fuma è consigliabile l'ingestione di dosi più alte di vitamina C al fine di ridurre i danni da nicotina.
-  Il loro contenuto di vitamine B1 e B2 stimola l'appetito, l'accrescimento, la digestione e migliora il sistema respiratorio ed i caroteni precursori della vitamina A sono utili per il sistema visivo e contro infezioni di varia natura.

Succhi, spremute e marmellate di arance

Cosa sai della loro resa, delle calorie e dei valori nutrizionali?

La resa del succo d'arancia dipende dai seguenti fattori: specie, varietà, maturazione, fattori climatici, pratiche colturali e sistema d'estrazione.



Solitamente il 60% del peso degli agrumi destinati alla trasformazione in succo diventa una miscela di bucce, semi e parte della polpa, chiamata pastazzo, ed utilizzata come mangime animale o come prodotto essiccato.

La spremuta d'arancia fatta in casa, piuttosto che il prodotto confezionato, offre un contenuto maggiore di vitamina C e la mantiene più a lungo.

Le spremute d'arancia fatte in casa offrono infatti un contenuto di vitamina C che va da 44 a 64 mg per ogni 100 ml, considerando che ogni arancia contiene in media 90 gr di succo.

Una spremuta di succo d'arancia puro fatto in casa contiene circa 33-35 calorie per ogni 100 ml, a cui vanno eventualmente aggiunte le calorie dello zucchero, qualora il succo dovesse risultare troppo acido.

Per quanto riguarda le marmellate bisogna chiarire una facile confusione, la differenza tra confettura e [marmellata](#).

La confettura viene preparata con polpa o con purea di frutta.

La marmellata, invece, è preparata solo con agrumi e, oltre alla polpa, contiene anche la scorza.

Marmellata Rosaria, la marmellata di arance rosse siciliane Rosaria

La quantità di calorie presenti nella marmellata dipende dal frutto che si utilizza, per quanto riguarda l'arancia si aggira intorno alle 208 calorie per ogni 80 gr di marmellata.



“Con le arance rosse Rosaria è possibile preparare anche degli ottimi cocktail e liquori”

UNA SERA A CENA CON ROSARIA

Liquore all'arancia

10 arance;
1 l. di alcool per liquori;
7,5 dl. di acqua;
750 gr di zucchero.

Lavate 10 arance, asciugatele perfettamente e sbucciatele facendo attenzione a non asportare anche la parte bianca.

Mettete le scorze in un recipiente di vetro a chiusura ermetica e colmatelo con 1 l. di alcool per liquori.

Chiudete e lasciate in infusione per 10 giorni.

Prelevate le scorze, mettetele in una pentola con 7,5 dl. di acqua e 750 gr di zucchero: fate bollire e cuocete per 15 minuti mescolando continuamente.

Lasciate intiepidire il composto, filtratelo e unitelo all'alcool tenuto da parte: travasate il tutto in una bottiglia, chiudete ermeticamente e fate riposare per 15 giorni.

Filtrare di nuovo il liquore, imbottigliatelo definitivamente e lasciatelo riposare per 2 mesi.

Rosaria oggi è anche spremuta al 100% di arancia rossa

Rosaria

L'arancia che cresce alle pendici dell'Etna, rossa, succosa e con il nome sul bollino, oggi è anche una spremuta da gustare tutto l'anno!

L'arancia più famosa d'Italia, oggi, dopo un lungo percorso di preparazione è anche una spremuta altrettanto buona ...ovviamente succosa perché ottenuta al 100% da arance rosse Rosaria.

Le arance vengono avviate, dopo attenta selezione, alla trasformazione che, sulla base di un disciplinare concordato, le trasforma, a garanzia di un prodotto dalle

caratteristiche organolettiche e salutistiche assolutamente di pregio.



Solo arancia rossa, solo un blando processo di pastorizzazione senza aggiunta di altro; l'O.P. riesce a garantire al consumatore il gusto di un ottimo prodotto tutto l'anno.

L'Organizzazione Produttori Rosaria che aderisce all'UIAPOA mira alla valorizzazione del prodotto della base sociale attraverso

so un complesso progetto che dalla campagna arriva al consumatore, per proporgli l'arancia rossa sia da sbucciare in inverno, che come spremuta da bere tutto l'anno.

Ecco quindi che, proprio in un momento in cui imperversa la polemica sui succhi di frutta... "virtuali", ROSARIA propone un prodotto che, in fatto di percentuali di frutta contenuta, non può essere seconda a nessuno e che certamente mira a trovare un posto sulla tavola dei consumatori italiani e stranieri.

LORO HANNO GIÀ ACQUISTATO LE ARANCE ROSARIA SICILIANE

Le arance sono veramente buone, non sono assolutamente paragonabili a quelle che compro qui a Milano. Si sente il profumo del frutto fresco, appena raccolto e poi, in bocca, hanno tutto un altro sapore.

Francesco, Milano

Arance squisite, costi contenuti, spedizione celere. Cos'altro chiedere?

Maria, Torino

I tarocchi sono semplicemente eccezionali. Complimenti alla ditta che li produce ma soprattutto alla Sicilia che li fa nascere

Giusy, Roma

Ragazzi.....buone, buone, buone.....vi devo dire altro?

Mariella, Napoli

Questa la mia esperienza in merito. Ho acquistato le arance on-line il 17 di gennaio ed ho comprato 2 cassette di arance rosse tarocco. I tempi di spedizione sono stati celeri (anche se avrebbero potuto arrivare con qualche giorno di anticipo, cmq i frutti erano ancora freschi). Quando li ho portati a casa mia moglie mi ha detto: "Cos'è questo profumo?" Le abbiamo mangiate subito ed erano veramente buone. Le ho pure regalate un poco ai miei parenti

Michele, Bari

COMPRA ONLINE LE ARANCE ROSARIA



Ti offriamo le migliori arance siciliane fresche e direttamente a casa tua appena raccolte dall'albero ad un prezzo veramente imbattibile.

COSI' potrai gustare a casa tua le vere arance siciliane come appena raccolte dall'albero...e risparmiare.

[Comprale online adesso e ricevile a casa tua entro pochi giorni](#)



ARANCE ROSSE TAROCCO (da dicembre a maggio)

Una delle varietà di arancia pigmentata più conosciuta è sicuramente l'arancia Tarocco. Dal gusto dolce-acidulo e dalle dimensioni medio-grosse, l'arancia Tarocco non contiene semi ed è ricca di vitamina C ed antocianine.



ARANCE BIONDE NAVEL (da ottobre a dicembre)

Già dal mese di ottobre è possibile trovare in commercio l'arancia bionda della varietà Navel. Ricca di vitamina A, B1, B2, PP e, chiaramente C, l'arancia bionda contiene anche sali minerali e zuccheri. Facilmente digeribile, dolce e succosa, da sola è in grado di soddisfare il fabbisogno giornaliero di vitamina C.



ARANCE ROSSE MORO (da dicembre a febbraio)

L'arancia rossa della varietà Moro è un'arancia molto succosa, gustosa e dal sapore un pò acidulo. Indicata per le insalate, è ricca di sostanze antiossidanti e, proprio di recente, è stata scoperta la sua importanza per combattere l'obesità. Pare infatti che, un consumo regolare di arance Moro, riesca a contrastare l'obesità e diminuire il peso.

ARANCE SICILIANE

La storia

I primi scopritori delle proprietà nutritive delle arance sono stati gli Arabi.

La storia dell'origine e della diffusione di questa pianta è molto dibattuta; si hanno comunque notizie della sua presenza già in tempi antichi in Cina e in Indocina.

Viene dato per certo che siano stati gli Arabi a introdurre gli aranci in Asia Minore, in Egitto, nel nord Africa e in Europa.

In particolare, in Sicilia, durante la dominazione araba (IX-XI secolo d.C.) vennero impiantati aranci amari e limoni nei cosiddetti giardini, termine tuttora utilizzato, evocativo della funzione ornamentale che inizialmente gli agrumeti ebbero nell'isola.

Nella seconda metà del 1800 le coltivazioni in Sicilia si incrementarono e verso la fine di quel secolo si cominciarono ad impiantare non più nei declivi collinari o nelle zone pianeggianti, ma negli appositi agrumeti.

Gli investimenti maggiori nella nuova agrumicoltura si ebbero nel Catanese e nel Siracusano e furono queste aree a diventare le predilette dell'arancia a polpa rossa o pigmentata, consolidando questa loro vocazione nel corso del 1900.

Dall'arancio dolce si sono sviluppate, soprattutto in Sicilia, diverse qualità.

Tra le arance bionde si annoverano la Navelina, la Valencia e la Ovale; tra le arance rosse invece, si distinguono il Moro, il Sanguinello e il Tarocco.

In particolare, la piana di Catania è ricca di agrumeti, nello specifico, di Arance rosse dell'azienda Pannitteri, una dei leader del settore, per il loro colore rosso, risultato delle particolari condizioni microclimatiche del territorio intorno all'Etna.

Le arance rosse siciliane Rosaria trovano un clima ideale alle falde del vulcano Etna, dove crescono frutti dal gusto e dalle proprietà organolettiche uniche



LE ARANCE ROSSE PER LA PREVENZIONE E CURA DELLE MALATTIE

GOTTA? NO, GRAZIE!

Le arance siciliane riducono il rischio di infarti, tumori e malattie cardiovascolari... bastano spremute fresche e un paio di arance per ridurre la tua percentuale di rischio.

Assumere vitamina C attraverso alimenti freschi, come ad esempio gli agrumi, aiuta a prevenire e combattere il rischio di gotta.

La gotta è una forma di artrite che colpisce per lo più gli uomini di età superiore ai 40 anni che abusano di alcol, sono in sovrappeso ed hanno un'alimentazione scorretta.

Albero di arance rosse siciliane nella Piana di Catania

La gotta provoca un'inflammatione delle articolazioni dovuta alla presenza di acido urico, in quantità elevate, nel sangue.

Da vari studi è emerso che, coloro che assumono una quantità maggiore di vitamina C, riducono il rischio di sviluppare la gotta.

Incrementando giornalmente 500 mg di vitamina C, si riduce del 17% il rischio di gotta; incrementando di 1500

mg al giorno, l'apporto della vitamina C si ha una riduzione di rischio pari al 45% rispetto a chi ne assume meno di 250 mg.

La conclusione è che la vitamina C, riducendo la quantità di acido urico nel sangue, di conseguenza riduce il rischio di gotta.

Le arance, oltre a tutti i benefici finora elencati, sono oggetto di studio per le proprietà volte a combattere problemi legati a malattie cardiovascolari, infarti e tumori.

Sono proprio gli studi, effettuati su soggetti consumatori abituali di arance, a rivelare che gli stessi hanno un rischio del 50% in meno di contrarre vari tipi di tumore, ed in particolare, quello dell'esofago.

Tutti gli agrumi, insieme alle carote, limitano in modo significativo il rischio di tumore al pancreas.

Il consumo di spremute d'arancia riduce inoltre il tasso di colesterolo nel sangue e combatte infezioni virali.

Ancora una volta l'arancia si classifica ai primi posti per quanto riguarda il benessere e la salute del nostro organismo.



PREVENZIONE

IL TUO BAMBINO VUOLE NASCERE PREMATURAMENTE?

"TRATTIENILO" CON LE ARANCE!

Da uno studio, condotto da ricercatori messicani, si è scoperto che, durante il periodo di gestazione, un supplemento di vitamina C ridurrebbe il rischio di parto prematuro.

La vitamina C, contenuta anche nelle arance, ha un ruolo fondamentale nella struttura delle membrane, poiché, essendo composta anche da collagene, la sua assunzione riduce il rischio di rottura delle membrane, ed essendo una vitamina idrosolubile, non "sosta" per molto tempo nell'organismo permettendo allo stesso di eliminare ciò che non viene utilizzato.

In gravidanza, sia i livelli di vitamina C, che quelli di tutte le sostanze presenti nel plasma, si abbassano a causa di tutti i processi che scaturiscono affinché il feto si sviluppi in modo regolare.

Aumentando l'apporto di vitamina C, si favorisce la conservazione della stessa nei globuli bianchi, aiutando a prevenire la rottura delle membrane in tempi prematuri.

Una donna incinta dovrebbe assumere circa 75 mg di vitamina C al giorno, da integrare consumando cibi freschi come agrumi e broccoli (particolarmente ricchi di vitamina C), evitando così di doverli assumere tramite integratori.

Corteccia, foglie, fiori, frutti, scorza, succo: le proprietà officinali dell'arancio

Cosa preferisci utilizzare? Corteccia, foglie, fiori, frutti, scorza o succo? Ogni elemento ha la sua funzione benefica!

L'arancio, oltre a tutte le proprietà benefiche, ha anche proprietà officinali.

Sia l'arancio che l'arancia hanno proprietà fitoterapeutiche e nutritive.

Le foglie d'arancio si trovano in commercio dissecate all'aria e al sole. I fiori devono essere raccolti prima della fioritura in una giornata asciutta. Alcuni degli effetti terapeutici sono la regolazione dell'assorbimento degli zuccheri, dei grassi e delle proteine, evitando diabete e arteriosclerosi grazie alla fibra contenuta nel callo bianco sotto la buccia, e favorisce il transito intestinale riducendo i fenomeni putrefattivi.

Alla scorza dei frutti immaturi della pianta dell'Arancio amaro si attribuiscono effetti dimagranti dovuti alla presenza di una sostanza, la sinefrina, il cui uso ha suscitato un allarmismo per la possibilità che si manifestino effetti collaterali a carico del sistema cardiovascolare.

C'è da dire però, che la sinefrina è presente nel *Citrus aurantium* var-

ietà amara, in forma di l-sinefrina, farmacologicamente più blanda della forma d-sinefrina in cui si può presentare questa molecola.

Dall'esame della letteratura sull'argomento, fino ad oggi, non sono emersi studi che evidenzino effetti tossici. Tuttavia si è ritenuto opportuno regolamentare l'uso del pericarpo dei frutti immaturi dell'Arancio amaro, soprattutto per le preparazioni in compresse, dove si potrebbe trovare una concentrazione di sinefrina più alta rispetto a quella che si può trovare in un infuso, piuttosto che in un decotto o in una tisana.

Per maggiore sicurezza i preparati a base di scorze dei frutti immaturi di *Citrus aurantium* varietà amara, devono riportare le diciture di legge che invitano alla precauzione soprattutto in gravidanza, allattamento e durante l'infanzia, o in presenza di cardiovasculopatie e ipertensione.

Per digerire in modo naturale, gli ingredienti necessari sono:

-  2 cucchiaini di fiori di camomilla;
-  1 cucchiaino di foglie di salvia;
-  2 cucchiaini di foglie di basilico
-  1 cucchiaino di foglie d'arancio.

Se la stagione non consente l'utilizzo di erbe fresche, utilizzate le erbe essiccate che si trovano facilmente in erboristeria.

Bollite un litro d'acqua e lasciate in infusione gli ingredienti per venti minuti. Fate intiepidire e bevete dopo i pasti. Basta un bicchierino, che se volete, potete

addolcire con il miele.

Tra gli utilizzi tradizionali, l'arancia viene utilizzata per combattere:

-  reumatismi degenerativi;
-  artrosi;
-  artrite;
-  dolori articolari dello sportivo;
-  gotta.

Tra le varietà di arancio esistono quella dolce e quella amara.

Per quanto riguarda la varietà dolce, è quella che, meglio adattata al nostro clima, è più frequente trovare.

Nelle cure erboristiche i frutti vengono utilizzati per calmare il nervosismo in tutte le sue manifestazioni, ed è utile contro l'insonnia, contro la tosse convulsa e contro la cattiva digestione.

L'arancia è un frutto dalle molteplici virtù:

-  disinfettante;
-  calmante;
-  tonico mineralizzante;
-  vermifuga.

Se prendiamo un'arancia tagliata a pezzi, due cucchiaini di miele, 30 gr di acqua bollente e maceriamo il tutto per 10 minuti, filtrando e bevendo prima di dormire, avremo un'azione calmante e rilassante che ci aiuterà a riposare meglio.

Dell'arancia non si usano solo i frutti, anche le foglie, la corteccia e i fiori, che hanno varie proprietà medicamentose.



www.aranciarosaria.eu

Cosmesi Naturale?

CON LE ARANCE IL CENTRO BENESSERE "TRASLOCA" A CASA TUA

Una maschera che purifica la pelle, ricca di vitamina C e molto profumata.

Sbuccia 2 arance e 2 mandarini eliminando semi e parti bianche e frullale nel frullatore insieme a mezzo albume d'uovo;

Spalma la maschera sul viso per 15 minuti e risciacqua con acqua tiepida.

Per un bagno energizzante:

Riempi la tua vasca da bagno con acqua e aggiungi a spicchi 1 arancia e a fettine 1 limone.

Immergiti e strofina la polpa e la buccia su viso e corpo, soprattutto talloni, gomiti e ginocchia.

Spremi il succo su viso e capelli e massaggia, infine sciacqua con acqua tiepida.

Se al bagno preferisci la doccia...

Taglia a metà l'arancia e il limone e utilizzali come se fossero delle spugne spremendo il succo e strofinando con la buccia la pelle del corpo e i capelli.

Per una pelle più luminosa e senza quei fastidiosi punti neri, puoi "creare"

un tonico all'arancia e rosmarino.

Ti occorrono 100 ml di acqua distillata, 1 rametto di rosmarino e 1 arancia amara.

Porta ad ebollizione l'acqua distillata, aggiungi la buccia dell'arancia e le foglioline del rosmarino precedentemente lavate, copri con il coperchio e aspetta qualche minuto.

Togli dal fuoco, fai riposare 15 minuti e filtra il tutto in una bottiglia di vetro con tappo.

Utilizza entro una settimana anche più volte al giorno, i punti neri diminuiscono, la pelle è più luminosa e i pori dilatati diventano meno evidenti.

Mescola 1 cucchiaino di argilla bianca, 1 cucchiaino di olio d'oliva e 1 cucchiaino di succo d'arancia; si formeranno delle bollicine dovute alla reazione tra gli acidi della frutta e i sali dell'argilla che accentuano la sensazione di idratazione.

Tieni in posa per 15 minuti o per tutta la notte e poi risciacqua con una spugna morbida e acqua tiepida.

Per una maschera anti-rughe...

Applica, a viso pulito, succo e polpa d'arancia sulla pelle per circa 20 minuti, quindi risciacqua.

Per ravvivare il tuo viso dalla stanchezza...

Mescola la polpa di un'arancia con mezzo cucchiaino di olio di semi di lino e applica sul viso.

Lascia agire per dieci minuti e sciacqua con acqua tiepida. Gli acidi della frutta dell'arancia hanno un effetto di scrub dolce sulla pelle eliminando le impurità.

Se hai la pelle particolarmente sensibile, applica soltanto per 5 minuti.



Per la pelle secca...

Basta schiacciare la polpa di un'arancia, mescolare con 1 cucchiaino d'olio d'oliva e applicare sulla pelle di viso e corpo.

Per una maschera idratante...

UN MASSAGGIO D'ARANCE PER IL TUO CORPO

L'Agrumoterapia combatte lo stress, le rughe e favorisce la micro-circolazione. Scopri come si possono "gustare" le arance senza mangiarle.

Le arance si distinguono generalmente in bionde e pigmentate (Moro, Tarocco e Sanguinello) particolarmente adatte alle spremute.

L'arancia Moro è un frutto a polpa rossa ed è particolarmente indicato per le spremute in quanto è notevolmente succoso; l'arancia Tarocco contiene vitamina C in grande quantità ed ha un colore rossastro, mentre l'arancia Sanguinello è un frutto a polpa rossa di medie dimensioni.

Oltre alle vitamine, le arance sono ricche di sali minerali e sono un "rafforzante immunitario" naturale.

Per coprire il fabbisogno di vitamina C giornaliero è sufficiente mangiare una o due arance al giorno.

Quando si acquistano le arance è bene utilizzare qualche accorgimento: controllate che il frutto sia pesante, lucido e che la sua buccia sia bene aderente al frutto.

Dopo l'acquisto conservate le arance in luogo fresco e cercate di non ammassarle in modo da salvaguardare la polpa.

Per tutte le caratteristiche salutistiche e nutritive che le arance hanno, da qualche tempo si sponsorizzano alcune attività di solidarietà volte alla raccolta fondi per la ricerca contro il tumore e proprio per le caratteristiche anti-tumorali che le arance svolgono, l'AIRC (Associazione Italiana per la Ricerca sul Cancro) utilizza proprio le arance come "testimonial" della cam-

pagna di sensibilizzazione denominando questa manifestazione: Le Arance della Salute.

Per sperimentare le virtù rigenerative degli agrumi, a Taormina, in un centro benessere, si pratica l'Agrumoterapia, un assaggio inedito delle celebri arance rosse siciliane.

Le eccezionali proprietà antiossidanti e antiradicali delle arance rosse vengono utilizzate per una serie completa di trattamenti di bellezza, sotto il nome di Agrumoterapia.

Del resto dove, se non nella patria riconosciuta del celebre frutto, avrebbero potuto ideare un modo moderno ed efficace per sfruttare, proprio come già facevano gli antichi romani, le molte virtù dell'arancia a polpa rossa, con il suo ricco contenuto di vitamina C e altri preziosi elementi naturali?

Questa considerazione ha ancora più validità soprattutto se si parla degli agrumi prodotti intorno all'Etna, nella Sicilia Orientale, con maggiore concentrazione di sostanze antiossidanti che rallentano i processi degenerativi e proteggono la pelle dagli effetti dello smog e dello stress, combattendo rughe e macchie solari e favorendo la micro-circolazione.

Tutte proprietà dimostrate scientificamente e praticate dal centro benessere nel suo trattamento di punta, l'agrumoterapia, che consiste in un impacco tiepido di un concentrato di mieli agrumati, estratti di alghe, fango ed oli essenziali a cui si abbina un idromassaggio con algaromi, per nutrire ed idratare la pelle, donandole un fresco profumo di mandarino, limone e arancia.



una sera a cena con Rosaria

Aperitivi

COCKTAIL ALL'ARANCIA ROSARIA

- 50 gr di succo d'arancia;
 - 100 gr di spumante secco.
- Versate in un bicchiere 50 gr di succo d'arancia e 100 gr di spumante secco. (Le dosi sono per una persona).

COCKTAIL MIMOSA

- succo di 2/3 arance;
- spumante Brut o Prosecco molto freddi.

Spremete 2 - 3 arance e dividete il succo in 4 bicchieri grandi. Aggiungete spumante Brut o Prosecco molto freddi e decorate con fettine d'arancia.

Antipasti

ANTIPASTO DI SARDE

- filetti di sarde;
 - scorza grattugiata di 1 arancia;
 - scorza grattugiata di 1 limone;
 - sale;
 - pepe;
 - farina;
 - succo di 1/2 arancia;
 - 1 cucchiaino di succo di limone.
- Pulite e dividete a filetti le sarde, adagiatele sulle scorze grattugiate d'arancia e di limone, aggiustate di sale e pepe, cospargete con poca farina e saltate in padella. Disponete su un piatto le sarde e, nella stessa padella, versate il succo di 1/2 arancia e 1 cucchiaino di succo di limone. Cuocete per 1 minuto e servite sulle sarde.

ANTIPASTO AL MARASCHINO

- 4 arance;
- 2 cucchiaini di zucchero;
- Maraschino.

Sbucciate e affettate le arance a rondelle. Disponetele su un piatto da portata. Spolverate con lo zucchero e bagnate con poco maraschino.

La piana di Catania e l' Etna

PERCHÉ QUESTA PARTE DELLA SICILIA È PARTICOLARMENTE VOTATA ALLA COLTIVAZIONE DI AGRUMI?

La Piana di Catania, che si estende per 430 km quadrati, si è formata grazie alle alluvioni del Simeto e dei suoi affluenti. Leggenda vuole che questa zona sia la più calda d'Europa con temperature che in estate sfiorano i 50°. Il più alto dato rilevato risale al 1999 quando si raggiunsero i 48,5°.

L'arancia dolce, progenitore di Rosaria, fu introdotta dagli Arabi in Sicilia nel XVI sec., ma, in verità, è originaria della Cina, così come il termine "agrumi", derivato dal caratteristico gusto acidulo o agre.

E' lo straordinario microclima, e la generosa fertilità della piana di Catania a fare delle arance rosse un frutto unico al mondo per colore, gusto e proprietà salutari.

L'area geografica che rende possibile la coltura di questa tipologia di agrumi è la fascia pedemontana dell'Etna, buona parte della Piana di Catania e le colline circostanti, territori vulcanici, con notevole escursione termica che determinano l'accumulo nei frutti degli antociani, pigmenti naturali che conferiscono alla polpa e, talvolta alla buccia, il caratteristico colore rosso.

Gli agrumeti della O.P. Rosaria nascono alle falde dell'Etna dove un microclima ideale contribuisce a



Gli agrumeti dove vengono coltivate e prodotte le arance siciliane prima del raccolto e della vendita

rendere uniche le arance rosse di Sicilia

Grazie allo straordinario connubio col territorio che regala una miscela di condizioni climatiche non rinvenibili altrove, l'arancia rossa di Sicilia, dal 1996, è riconosciuta dalla Comunità Economica Europea prodotto Igp (Indicazione Geografica Tipica) e, come tale, garantita nei confronti dei mercati esteri dal Consorzio di tutela, nato nel 1998 per iniziativa delle tre confederazioni agricole e delle quattro orga-

nizzazioni cooperativistiche nazionali insieme alla promotrice, l'associazione dei produttori locali.

La sua unicità ed identità territoriale le consentono di distinguersi dal resto degli agrumi e delle arance in generale, dipingendola come la migliore in assoluto anche come sapore e succosità.

Per questo, il [gruppo Pannitteri](#) che ne è uno dei primi produttori, l'ha battezzata con un nome proprio, Rosaria

L'Etna non è soltanto il vulcano attivo più alto d'Europa



L'Etna è il vulcano attivo più alto d'Europa con, alla base, un diametro di 40 Km e 3340 m d'altezza. Distesa di alberi di arance rosse siciliane Rosaria. Il suo nome deriverebbe da un verbo greco il cui significato è "accendere". Dalla sua prima eruzione fino al 1993 si sono contate circa 210 eruzioni, ma dal 1995 l'attività eruttiva è ricominciata con una certa frequenza. Il suo paesaggio è variegato, dovuto alle continue mutazioni sequenziali alle colate laviche. Alle pendici la vegetazione è composta da agrumeti e fichi d'india; man mano che si sale si trovano olivi, vigneti, mandorli e, sul versante occidentale, boschi di querce, castagni, noccioli e pistacchi. Intorno ai 1000/1500 m si trovano boschi di roverella e pino laricio, mentre intorno ai 2000 m, faggi e betulle.

UNA SERA A CENA CON ROSARIA - PRIMI

RISOTTO CON GAMBERI E ROSARIA

- 350 gr di riso;
- 150 gr di gamberi sgusciati;
- 1 arancia rossa dell'Etna;
- 1 bicchiere di vino bianco;
- 30 gr di burro;
- Brodo, sale e pepe.

Rosolate il riso con il burro e la buccia di Rosaria tritata. Bagnate con il vino e lasciatelo evaporare. Aggiungete il brodo necessario ben caldo. A metà cottura unite i gamberi sgusciati e dopo aver salato e pepato versate il succo di Rosaria.

RISO CON NOCI ALLA ROSARIA

- 750 ml di succo d'arancia rossa dell'Etna;
- 250 g di riso a chicchi lunghi;
- 1 cucchiaino di burro;
- 2 cucchiaini di zucchero granulato;
- 2 cucchiaini di scorza d'arancia rossa dell'Etna;
- 125 g noci macinate senza sale.

Far bollire il succo di Rosaria. Aggiungere il riso, coprire e far bollire fino a quando il riso non viene assorbito. Aggiungere il burro, lo zucchero, la scorza d'arancia Rosaria e le noci e servire.

GEMELLI ALL'ARANCIA ROSARIA

- pasta tipo gemelli;
- 1 arancia;
- 1 confezione di panna;
- 1 bicchierino di whisky;
- parmigiano grattugiato;
- burro.

Spremete il succo d'arancia in una padella e fare "stringere". Aggiungete il whisky e la panna e fate "stringere" per circa 20 minuti. Nel frattempo cuocete la pasta e appena è cotta aggiungete alla salsa una noce di burro, saltate in padella aggiungendo il parmigiano. Guarnite il piatto con una fettina d'arancia.

SPAGHETTI CON ACCIUGHE E ARANCE ROSARIA

- 400 gr di spaghetti;
- olio;
- 8 filetti d'acciuga;
- 40 gr di pane grattugiato;
- buccia di ½ arancia tagliata a julienne;
- 20 spicchi d'arancia pelati a vivo;
- qualche foglia di menta fresca.

Mentre cuocete la pasta in abbondante acqua salata, mettete l'olio in una padella e aggiungete le acciughe schiacciandole con una forchetta e fate cuocere per 1 minuto.

Aggiungete il succo d'arancia e, dopo qualche secondo aggiungete il pane grattugiato. Lasciate insaporire qualche istante e aggiungete gli spicchi d'arancia e la buccia tagliata a julienne.

Scolate la pasta e saltate in padella aggiungendo alla fine qualche foglia di menta fresca.



RISOTTO CON GAMBERI E ROSARIA

- 350 gr di riso;
- 150 gr di gamberi sgusciati;
- 1 arancia rossa dell'Etna;
- 1 bicchiere di vino bianco;
- 30 gr di burro;
- Brodo, sale e pepe.

Rosolate il riso con il burro e la buccia di Rosaria tritata. Bagnate con il vino e lasciatelo evaporare. Aggiungete il brodo necessario ben caldo. A metà cottura unite i gamberi sgusciati e dopo aver salato e pepato versate il succo di Rosaria.

Dagli arabi ai portoghesi

Come si sono diffuse le arance in Sicilia?

La diffusione dell'arancia dolce in Sicilia risale al XV – XVI secolo, dovuta dagli scambi commerciali con i portoghesi. Inizialmente, gli arabi, avevano introdotto in Sicilia una varietà di arancia amara nel IX – XI secolo. Il primo riferimento scritto sulle Arance Rosse risale al 1646 in cui viene descritto un frutto a polpa pigmentata.

Dopo il 1850 gli aranceti, inizialmente coltivati soltanto in collina, vennero piantati anche in pianura, soprattutto nelle province di Catania e Siracusa.

La differenza tra Arance Rosse e Arance Bionde varia proprio in funzione della pigmentazione della polpa. Le principali varietà di Arance Rosse sono: **Tarocco**, **Sanguinello** e **Moro**; queste tre varietà e i loro rispettivi cloni, godono del marchio IGP.

La varietà dell'arancia **Tarocco** ha origine agli inizi del secolo in territorio di Francofonte, in provincia di Siracusa, da una mutazione del Sanguinello e matura da dicembre ad aprile.

La varietà **Moro** si è diffusa a Lentini (SR), intorno al XIX secolo.

La varietà **Sanguinello** fu scoperta in Spagna intorno al 1930 e matura a febbraio con la raccolta che si effettua da marzo ad aprile.

Ultimamente, riferendosi alle arance, si utilizza il termine **NUTRACEUTICO**; questo appellativo è il concentrato delle due peculiarità principali dell'Arancia Rossa: **nutrizionale e farmaceutico**. Infatti, ricerche scientifiche dimostrano che, consumando 200 gr. di arance al giorno (pari a 2 frutti), si contrastano fortemente i "malesseri" causati da un forte stress ossidativo.

UNA SERA A CENA CON ROSARIA - CARNE

I contorni di Rosaria

TACCHINO ALLA ROSARIA

- 1200 g. circa di fesa di tacchino;
- 3 arance rosse dell'Etna;
- 30 g. di sedano;
- 30 grammi di cipolla;
- 30 g. di carota;
- 80 g. di yogurt greco;
- 30 g. di burro;
- Mezzo bicchiere di vino bianco secco;
- Dado granulare;
- 1 cucchiaino di zucchero, 1 foglia di alloro;
- Sale, pepe e sale grosso.

Legate la carne con spago bianco perchè non sformi, ungetela e strofinatela con sale grosso. Rosolate la carne a fuoco vivace, finchè sarà ben colorita su tutti i lati; allora aggiungete un trito ottenuto con la carota, il sedano e la cipolla, l'alloro, poi bagnate con il vino bianco, dopo tre minuti con il succo delle tre Rosaria, unite un pò di dado granulare e un cucchiaino di zucchero. Tagliate dalla buccia di Rosaria, a filetti la parte gialla e sbollentate per due minuti, quindi aggiungeteli alla carne, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 50 minuti (25 in pentola a pressione). Togliete il coperchio, lasciate consumare il sughetto a fuoco vivo, levate la carne, aggiungete, mescolando, lo yogurt, regolate di sale e pepe. Dopo, tagliate la carne tiepida a fette, servitela con il suo sughetto che deve essere un pò cremoso e disponete le fette di Rosaria sul piatto e servite.



VITELLO ALL'ARANCIA ROSARIA

- 2 bistecche di vitello magro;
- 50 gr di farina;
- ½ arancia a spicchi;
- succo di ½ arancia;
- 4 cucchiaini di olio d'oliva;
- ½ bicchiere di vino rosso;
- sale;
- pepe.

Tagliate il vitello a bocconcini, infarinate e dorate nell'olio in padella. Sfumate con il vino e aggiustate di sale e pepe. Cuocete a fuoco basso; se è troppo asciutto, aggiungete acqua; se è troppo liquido, spolverate di farina. Appena sarà cotto, aggiungete il succo d'arancia e gli spicchi e lasciate insaporire per 2 minuti a fiamma alta, mescolando.



ARROSTO DI MAIALE ALL'ARANCIA ROSARIA

- 1 Kg di lonza di maiale;
- 40 gr di burro;
- 2 bicchieri di succo d'arancia;
- la scorza grattugiata di 1 arancia;
- 1 spicchio d'aglio;
- un pizzico d'origano;
- un pizzico di peperoncino;
- sale;
- peperoncino.

Sciogliete il burro in una padella e unite il succo d'arancia passato al colino, insieme ad 1 cucchiaino della scorza grattugiata, all'aglio, al peperoncino, all'origano, al sale e al pepe e mescolare. Strofinare la carne con il sale e il pepe e disponete in una teglia cospargendo con il composto appena preparato ed infornare per 1 ora e ½ a 180°. Bagnare di tanto in tanto con il sugo di cottura e servire a fette.

ASPARAGI ALLA ROSARIA

- 1 kg di asparagi;
- 40 gr di succo di arance rosse dell'Etna;
- 2 tuorli d'uovo;
- 40 gr di burro;
- scorza di Arance rosse dell'Etna;
- zenzero, sale e pepe.

Lessate gli asparagi, metteteli su un piatto da portata e teneteli in caldo. Frullate i tuorli con un pizzico di sale e pepe aggiungendo poco per volta il succo di Rosaria ed il burro fuso caldo. Insaporite alla fine con un pizzico di zenzero e unite qualche scorzetta di Rosaria. Versate la salsa sugli asparagi e decorate con fettine di Rosaria.

INSALATA ROSARIA

- 4 arance rosse dell'Etna;
- 2 cipolle scalogne;
- Olio d'oliva;
- Pepe e sale.

Sbucciare le arance Rosaria e tagliarle a pezzetti. Tagliare le cipolle a striscioline. Mettere in un'insalatiera le arance Rosaria con le cipolle e condirle con abbondante olio d'oliva, pepe e sale. Una variante di questo piatto prevede l'aggiunta di finocchio.

INSALATA ALL'ARANCIA ROSARIA

- 5 arance;
- 2 cipollette;
- 8 olive nere;
- olio;
- sale.

Sbucciate le arance e tagliatele a fette. Mettetele in una insalatiera e aggiungete la cipolletta tagliata a rondelle. Aggiungete le olive snocciolate, salate e irrorate con un filo d'olio.

UNA SERA A CENA CON ROSARIA - PESCE

PESCESPADA ALL'ARANCIA ROSARIA

- 4 fette di pescespada di circa 150 gr ciascuna;
- farina per impanare;
- 4 cucchiaini di olio extravergine d'oliva;
- 1 foglia di alloro;
- 2 chiodi di garofano;
- 2 bicchieri di brodo di pesce caldo;
- succo filtrato di 2 arance;
- scorza di 1 arancia.

Lavate 4 fette di pescespada e asciugatele perfettamente. Infarinatetele e rosolatetele in 2 cucchiaini di olio. Sgocciolate il pesce in un foglio di carta assorbente e scaldate altri 2 cucchiaini di olio con 1 foglia di alloro. Unitevi i 2 chiodi di garofano, aggiustate di sale e pepe ed unitevi 2 bicchieri di brodo di pesce caldo; lasciate insaporire per 4 minuti ed aggiungetevi le fette di pescespada. Fatelo cuocere per 10 minuti a fiamma moderata ed infine aggiungete il succo di 2 arance filtrato. Profumate la scorza di un'arancia tagliata a strisce sottili e fate insaporire per 3 minuti. Servite ben caldo.



FILETTO DI MERLUZZO ALL'ARANCIA ROSARIA

- 2 - 3 filetti di merluzzo;
- 2 arance;
- farina;
- olio;
- una noce di burro;
- sale;
- pepe.

Spremete il succo di 1 arancia: tagliate a metà l'altra e affettatene una metà con tutta la buccia a forma di mezzaluna. Lavate la metà dell'arancia restante sotto l'acqua bollente e con un coltello raschiate la polpa evitando la parte bianca. Mettete in padella l'olio e il burro e rosolate la polpa dell'arancia aggiustando di sale e pepe. Infarinare il merluzzo e rosolatelo nella padella con l'arancia aggiungendo, se necessario, altro burro. Appena si forma la "crosticina" aggiungete il succo d'arancia, 1 cucchiaino di farina setacciata e mescolate fino ad ottenere una crema. Aggiungete le fette d'arancia tagliate a mezzaluna e fate insaporire.

ORATA ALL'ARANCIA ROSARIA

- 1 Kg di orata non allevata;
- 100 ml di olio d'oliva;
- 3 arance affettate;
- 2 bicchieri di vino bianco secco;
- 6 funghi champignon;
- pane grattugiato;
- sale.

Oleate una pirofila ed adagiatevi l'orata salandola bene sia all'interno che all'esterno. Mettete in un angolo della pirofila il vino e cospargete l'orata di pan grattato e champignon. Mettete intorno all'orata le fette d'arancia e irrorate con olio e infornate per 30 minuti a 200°, bagnando di tanto in tanto con il sugo di cottura. Servire caldo.

SALSA ALL'ARANCIA ROSARIA

- ½ bicchiere di aceto balsamico;
- 1 rametto di rosmarino;
- 3 cucchiaini di olio extra vergine di oliva;
- 4 foglie di salvia;
- 50 gr di burro;
- 3 tuorli d'uovo;
- 2 arance;
- sale e pepe.

Spremete le arance e tagliate a filetti molto sottili la scorza di uno solo dei frutti senza usare la parte bianca. Tagliate a pezzetti il burro lasciandolo ammorbidire per qualche minuto. Sistematelo in un tegamino e fatelo fondere. Scaldatelo a bagnomaria e appena si sarà sciolto completamente, aggiungete i tuorli mescolando con una frusta per amalgamare bene. Unitevi la scorza e il succo d'arancia, l'aceto e aggiustate con sale e pepe. Fate addensare per qualche minuto e togliete dal fuoco.



consulenze per il web marketing
www.clicsnc.it - info@clicsnc.it

argentati.eu

Rosaria - L' Arancia Rossa

C.da Porticelli SP 135
 Belpasso - Catania
 Tel. 095/7913562-3
 Fax 095/7913564

www.aranciarosaria.eu

